

喜箋

BRAVO EXPRESS

體育校隊

本校近年積極推動體育教學，在田徑、足球、欖球、中國舞等隊伍的經驗基礎之上，進一步開拓籃球、劍擊、芭蕾舞等校隊的建設，讓學生啟迪才華，發揮所長。

2020年2-3月
第十八期



田徑隊

本校田徑隊一直以培養學生個人決心和團隊精神為目標，運用技巧及體能練習，從田項的跳高、擲遠，到徑項的短跑、接力，於過程中引導隊員達致自我完善的態度，並在每年的學界比賽中呈現合作、互信的團隊精神和歸屬感。

2019-2020年度田徑隊校隊成員

2C 周佩錡	2E 姚俊輝	3A 黃政霖	3A 胡樂晞	3A 朱柏熙	3D 鄭嘉軒
3E 吳卓盈	4A 郭惠敏	4B 李尚澤	4B 楊思遙	4C 張栩諾	4C 賴德嘉
4C 潘昱睿	4D 王瑋琳	4E 劉銘傑	5A 陳臻林	5A 方晞琳	5B 彭禮霆
5B 星庭謙	5E 龔力章	5E 梁禹睿	5E 麥子謙	5E 王裕彤	5E 葉迅權
5E 楊俊霖	6A 姚佳彤	6B 嚴鎧晴	6B 譚世軒	6C 陳巧奮	6D 林慧汶
6D 林慧茵	6E 黎俊言	4D 樊詠雯	5A 陳得煌		



籃球隊

本校籃球隊於2018-2019學年成立，致力提升學生的籃球水平及對體育運動的正確態度和價值觀。籃球隊除了訓練學生的基礎技術外，也着重學生的團隊合作精神，期望各隊員在學習籃球技術外，更能學懂互相尊重、欣賞、包容及合作的體育精神。

6A 張哲	6B 李鎧行	6B 范宇哲
6D 劉俊朗	6D 羅瑋柏	6E 羅嘉許
6E 周晨錦	5A 楊銘軒	5E 龔力章
5E 楊元亨	4B 李尚澤	4C 陳志豪
4E 劉銘傑	3E 陳柏燃	6A 陳舜堯



中國舞

本校中國舞校隊致力培養學生的審美觀，教導隊員在舞基和節奏的訓練。隊伍多年來於區內的舞蹈比賽中屢獲佳績，得到隊員與評審肯定。

2019-2020年度中國舞校隊成員

3A 潘晞嵐	3B 張靜珊	3C 鄧禮萌	4A 關芷蔚	4B 楊思遙	4C 黎宇茵
4C 林巧君	4D 趙恩婷	4D 易嘉禧	5A 陳韋彤	5B 楊麗盈	5D 何泳言
6C 易嘉言	6E 歐旭淇	6E 劉心由	6E 楊文靜		



芭蕾舞

為使學生有更多元化的舞蹈發展，本校於2019-2020學年新增芭蕾舞校隊。校隊目前主要以初小學生為主，教導隊員在舞基和節奏的訓練，同時期望透過練習，增強自信心。學校積極安排學生參與校內表演和校外比賽，從不同經驗中學習，並展示學習成果。

2019-2020年度芭蕾舞校隊成員

2B 陳鈺如	2B 恩樂	2E 陳鎧瞳	2E 李詠晴
3A 潘晞嵐	3A 葉琴	3B 陳雋澄	3B 恩琳
3B 程樂恩	3B 洪以心	3B 王麗彤	3D 陳佩伽
4D 趙恩婷	4E 翁梓橋		



劍擊隊

本校劍擊隊自2017-2018學年成立，致力幫助學生建立堅毅和尊重的態度，重點教導花劍和重劍的技巧和步法。隊伍初創時約有20人，隨着隊員成長，規模將覆蓋男女子甲、乙、丙組。

2019-2020年度劍擊校隊成員

重劍男子	4A 蘇柏言	4A 王熙舜	4A 吳堃鋒	4A 黃駿樂	4E 張謙
重劍女子	2A 黎綽翹	2E 李詠朗	2E 李采恩		
花劍男子	3A 黃冠雲	3B 劉忠彥	3C 陳泊熹	3E 楊曜灃	4A 黃雋寧
花劍女子	3A 高愷琪	4E 周嘉璐			



欖球隊

同樣在2017-2018學年成立欖球隊，則以梯隊管理形式，讓學生按適合的程度參與。隊伍分兩個梯隊，第一梯隊為五至六年級學生，培養個人技術及團隊戰術，作為參加校際比賽的主力成員；第二梯隊是二至四年級學生，學習入門技術和理解欖球比賽的基本概念，是未來校隊的新秀。隊伍人數由剛開始的15人發展至本學年30人，團隊氛圍漸見成型。

2019-2020年度欖球校隊成員

2A 西田淳希	2A 何國龍	3C 周子藍
3C 司海權	3D 唐藝彰	4B 黃少賢
4B 原上軼	5A 陳得煌	5A 莫子睿
5A 陳嘉岐	5B 星庭謙	5B 彭禮霆
5C 陳家進	5C 唐譽銘	5E 麥子謙
5E 葉迅權	5E 何絡天	6A 張哲
6A 冼文希	6A 談智衡	6C 王智宇



足球隊

本校男子足球隊是本校重點發展的一項體育項目，已連續多年於區內的校際9人足球比賽晉身3甲位置。由於本隊的校隊席位競爭激烈，因此本隊嚴格挑選具潛質的學生，着重精英培訓。現時球隊每年均以晉身區內校際9人足球比賽3甲位為首個目標。此外，亦希望可以培養更多優秀的足球員，讓他們入選「屯門區校際比賽代表隊」參與全港小學區際足球比賽。

2019-2020年度足球校隊成員

2A 莊耀希	3A 郭以諾	3C 謝松熹
3D 唐藝彰	3E 林尚隆	3E 陳柏燃
4D 布凱樂	4E 張栩諾	4E 徐斯朗
4E 蕭翹	5B 星庭謙	5C 唐譽銘
5C 湯皓昇	5D 羅卓朗	5E 葉迅權
5E 麥子謙	6A 陳舜堯	6B 郭匡齊
6B 李鎧行	6C 周俊廷	6C 王智宇
6E 鄧泳滄		



學生及家長心聲

田徑隊

6C 陳巧奮

自從我加入了田徑隊後，我的校園生活又多了一份快樂。我們的訓練不但豐富了我的學習經歷。每年在學界比賽中拿到獎項時，我都會告訴自己，這都是努力的成果！

6E 黎俊言家長

感謝學校給予機會，讓俊言參加田徑訓練，更選中他成為田徑隊隊長。在訓練的過程中，他體會到辛酸，也能感受到團隊精神是非常重要的。感謝學校的栽培。

中國舞

6E 楊文靜

我在中國舞校隊的學習過程很開心，因為我認識了很多朋友。我很感謝學校的培育。雖然練習很辛苦，不過我們會堅持下去，繼續努力。

4D 趙恩婷家長

女兒恩婷非常享受在中國舞校隊的點點滴滴。她除了學到舞蹈知識外，更重要是培養了她努力堅持，永不放棄的精神。我相信每一次鼓勵都會為她將來踏入新的里程碑鋪下堅實的道路！

芭蕾舞

3B 王麗彤

我學習芭蕾舞已經有3年了，今年有幸加入校隊，可以代表學校參加比賽和表演，我十分開心的同時也非常緊張，希望自己可以進步。同時也非常感謝學校對我的悉心栽培，我會更加努力的，謝謝！

3A 潘晞嵐家長

女兒晞嵐作為呂小芭蕾舞校隊的其中一員，見到她與隊員的互相交流，努力練習，讓我見證到了她們的成長，我十分感恩。

足球隊

6C 周俊廷

能以隊長身份參與校隊，使我體會到「有承擔責任的苦，才有得到成功的樂」。感謝學校給予我的機會。

6C 周俊廷家長

感謝學校給予俊廷參與校隊的機會，讓他能於小學生活中增添一份美好的回憶。也讓他明白到堅毅與意志的意義，謝謝您們。

籃球隊

6E 羅嘉許

加入籃球隊後，我從一名小胖子變成了現在高高的、瘦瘦的陽光男孩，因為我差不多每天都會練習籃球。雖然今年的學界比賽取消了，我感到十分遺憾，但是仍然十分感謝學校成立了籃球隊，讓我成為一名熱愛籃球的人。

6E 羅嘉許家長

小兒羅嘉許未喜愛打籃球時是一名小胖子，自從加入籃球隊後開始不斷的練習及把喜愛的飲品習慣改為喝清水後，身體及生活都變得十分健康。為了參加校際籃球比賽，小兒更會在恆常的校隊練習外，常常約同學或朋友一起練習籃球。看見他對籃球之熱誠及專注令我很欣慰，再加上他不斷練習籃球之後，令體重回復到一個健康的水平及建立了健康的生活模式，我對他能夠成為籃球隊的一員是十分高興和支持的。多謝學校的栽培！

劍擊隊

4A 黃雋騫

自從我加入了劍擊校隊後，我有更加多機會接觸這項運動。原來劍擊運動不但需要很好的體能，而且要有很快的反應和速度。希望在未來的日子，我可以再次為學校爭取更好的成績！

王熙舜家長

小兒王熙舜現時小學四年級，從二年級開始有幸參加學校的劍擊校隊。經過這兩年的訓練和對戰，令他學習調整心態的重要性，放下對比賽的恐懼。劍擊是一項對身體協調、心理素養有較高的運動，經常在比賽中面對很多突發情況，所以對小兒來說劍擊是一項鍛鍊心、智、體的運動，希望小兒能夠努力訓練，為校爭光！

欖球隊

6A 冼文希

我在欖球隊已經3年，在欖球隊學習到假動作傳球、入球和合作精神，令我發揮所長！我十分感謝學校提供的專業訓練，令我很喜歡欖球！衷心感謝學校多年來的栽培！

6A 冼文希家長

文希加入欖球隊，不經不覺已經是第三年，今年更被導師選作欖球隊隊長！加入了欖球隊令文希能發揮潛能和培養合作精神！感謝學校提供的教導！